



Assuntos abordados

Projeção astral III –
mantras e concentração

Vidas passadas e
acontecimentos presentes

A escravidão psicológica

Meus Sites

<http://www.universoholisticodoser.com>

<http://www.bemestareconhecimento.com>

Skype: filha.da.mata

17 – Projeção astral – técnicas de concentração

Nesta lição voltamos novamente a estudar o tema da projeção astral, e nesta oportunidade aprenderemos novas técnicas de projeção astral nas quais utilizaremos os recursos que nos oferecem os mantras e também a concentração em um objeto. As técnicas de projeção astral que estudaremos agora requerem do praticante uma boa capacidade de concentração, por isso é muito importante que você já esteja se disciplinando e treinando a concentração, usando, por exemplo, o que aprendemos na lição sobre concentração.

Caso ainda não esteja fazendo isso, você provavelmente terá maior dificuldade em usar as técnicas desta lição. Porém nunca é tarde para começar a se disciplinar. Técnica dos mantras para projeção astral.

Um mantra é um conjunto de sons que podemos pronunciar (vogais, sílabas ou palavras) verbalmente ou mentalmente e que, por terem uma determinada vibração, produzem um efeito desejado.

Os mantras a seguir têm como efeito a projeção astral.

* **FARAON** – pronuncia-se em três partes, assim:

FFFAAAAAAAAAAAAAAAAA...RRRRRRRAAAAAAAAAA...OOOOOONNNNNN

* **LARAS** – pronuncia-se em duas partes, assim:

LLLLLAAAAAAAAAAAAAAAA...RRRRRRRRRRRAAAAAAAAAA

* **TAIRERERERE** – pronuncia-se em um parte, assim:

TAAIIIII RE RE RE RE RE RE RE RE

* **EGIPTO** – pronuncia-se em duas partes, assim:

EEEEEEEEEEEEEEEEEEEE...GGGGGGGIIIIIIIIIIIIIIIIIIII P

TTTTTTTTTTTOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOO

Para fazer esta técnica de projeção astral devemos nos deitar em uma posição confortável, fazer o relaxamento do corpo e depois então começamos a pronunciar os mantras com muita concentração, sem pensar em mais nada.

Pode-se fazer os mantras algumas vezes verbalmente e depois passar a fazê-los mentalmente, repetindo o mantra indefinidamente até atrair o sono levemente e sair em astral.

Concentre-se apenas em pronunciar esse mantra, sinta-se submerso no som deste mantra.

Quando surgir algum pensamento simplesmente não lhe dê atenção e torne a se concentrar na pronúncia do mantra.

É muito importante não fazer desta prática apenas uma repetição mecânica dos mantras, pois assim não se conseguirá nenhum resultado.

Veja que nesta técnica (e também na outra que aprenderemos nesta lição) o objetivo é muito diferente da técnica do saltinho.

Nas técnicas desta lição o objetivo não é adormecer inconsciente e depois despertar no astral, mas agora o objetivo é provocar e acompanhar conscientemente o processo da projeção astral, perceber o corpo astral saindo do corpo físico.

Por isso que são muito interessantes estas novas técnicas que estamos aprendendo agora, pois o praticante pode, após desdobrar-se, comprovar muito mais coisas.

Pode, por exemplo, ver seu corpo físico que ficou deitado na cama, flutuar em seu quarto, atravessar as paredes de sua casa, e muitas outras coisas que cada um poderá ver por si mesmo, e isso é o que mais importa.

Como agora vamos acompanhar o processo da projeção astral, é normal percebermos alguns sintomas que ocorrem durante o desdobramento, como um “formigamento” generalizado, o corpo físico paralisado e uma forte vibração ou ruído. Tudo isso é perfeitamente natural e quando perceber esses sintomas apenas continue com os mantras até que saia do corpo físico.

Técnica da concentração no coração.

Outra técnica extremamente eficiente que é utilizada para fazer a projeção astral é a concentração no coração.

Os passos preliminares são os mesmos da técnica anterior, ou seja, deitar em uma posição confortável e deixar o corpo bem relaxado.

Após isso o praticante deverá se concentrar e imaginar seu próprio coração.

Procure realmente ver seu coração, como ele bate, como é externamente, sua cor, textura, etc.

Não se preocupe se você não sabe como é um coração detalhadamente, simplesmente imagine da forma que você acha que seja.

Com a prática você realmente verá o aspecto real deste órgão (“o sábio que imagina vê”).

Após visualizar bem o coração externamente, penetre com a imaginação dentro de seu coração e passe a ver como ele é e funciona internamente (da forma que você imagina que seja).

Quando estiver satisfeito com a investigação interna de seu coração aprofunde mais a concentração e visualize as células dele. Após concentre-se mais ainda e veja apenas uma célula. Imagine até o interior do núcleo da célula.

Faça essa concentração sem pressa e da melhor forma possível.

Procure adormecer fazendo essa concentração.

Usando esta técnica sentiremos os mesmos sintomas vistos na técnica dos mantras.

Aqui também você deverá ignorar estes sintomas e continuar com a concentração até sair em astral.

Dicas importantes

*** É imprescindível praticar as técnicas com concentração para se ter resultados. Se isto está sendo um problema para você, recomenda-se rever a lição 11 e aplicá-la no seu dia a dia.**

Não se preocupe, pois com a prática isto se resolve.

*** É fundamental praticar bastante durante o dia a auto-observação e a morte psicológica, pois assim, além de todos os outros benefícios, se consegue ter cada vez mais lucidez nas experiências astrais.**

*** Todas as técnicas descritas nesta lição levam o praticante a se projetar em astral, porém a técnica de concentração no coração é mais objetiva, o que significa que se consegue resultados melhores e mais rapidamente. Recomendamos dar atenção especial a esta técnica.**

*** É sabido que praticar durante a madrugada, após já ter dormido algumas horas, é mais fácil de conseguir a projeção astral, porque além do corpo físico estar mais descansado (o que refletirá em um sono mais leve) a atmosfera na madrugada é também mais tranquila e silenciosa. Isso, entretanto, não significa que não se possa praticar durante o dia, caso você tenha tempo disponível e um local silencioso para isso.**

*** Escolha a técnica de projeção astral que mais lhe agrada (mantra ou concentração no coração) e pratique com regularidade. Evite ficar trocando de técnica constantemente, pois desta forma não se chega a lugar algum.**

*** Não conte suas experiências astrais para outras pessoas (nem mesmo sonhos), pois as experiências que temos nos são dadas em confiança como recompensa por nossos esforços no sentido de evoluir espiritualmente. Isso funciona da mesma forma como quando contamos um segredo a uma pessoa: se essa pessoa revela esse segredo aos outros provavelmente não voltaremos a lhe confiar mais nada, não é mesmo?**

Pode estar seguro que ao fazer estas práticas, seguindo as recomendações dadas, terá os resultados desejados.

Muitas pessoas, usando as técnicas acima descritas, puderam e continuam a experimentar por si mesmas a realidade da projeção astral.

Tudo o que se necessita é boa vontade, prática e continuidade.

Na próxima e última lição sobre projeção astral, veremos como podemos ir a determinados lugares em astral, e aprenderemos a buscar a autêntica sabedoria em um lugar muito especial.

18 – Vidas passadas e acontecimentos presentes

Nesta lição estudaremos duas leis mecânicas da natureza as quais todos estamos submetidos, e que são responsáveis por passarmos várias existências sucessivas repetindo os mesmos fatos, as mesmas ações, reencontrando as mesmas pessoas, etc.

Essas leis estão diretamente relacionadas com os fatos de nossas existências passadas e da existência presente.

São as leis de Retorno e Recorrência.

Abaixo veremos um capítulo do livro “Tratado de Psicologia Revolucionária” que nos explica como funcionam essas duas leis e o que precisamos fazer para transcendê-las:

“Um homem é o que é sua vida; se um homem não modifica nada dentro de si mesmo, se não transforma radicalmente sua vida, se não trabalha sobre si mesmo, está perdendo seu tempo miseravelmente.

A morte é o regresso ao próprio começo de sua vida, com a possibilidade de repeti-la novamente.

Muito se disse na literatura pseudoesotérica e pseudo-ocultista sobre o tema das vidas sucessivas; melhor é que nos ocupemos das existências sucessivas.

A vida de cada um de nós, com todos os seus tempos, é sempre a mesma, repetindo-se de existência em existência, através dos inumeráveis séculos.

Inquestionavelmente, continuamos na semente de nossos descendentes, isto é algo que já está demonstrado.

A vida de cada um de nós, em particular, é um filme vivo que ao morrer levamos para a eternidade.

Cada um de nós leva seu filme e torna a trazê-lo para projetá-lo outra vez na tela de uma nova existência.

A repetição de dramas, comédias e tragédias é um axioma fundamental da Lei de Recorrência. Em cada nova existência se repetem sempre as mesmas circunstâncias. Os atores de tais cenas, sempre repetidas, são essa gente que vive em nosso interior, os "Eus".

Se desintegramos esses atores, esses eus que originam as sempre repetidas cenas de nossa vida, então a repetição de tais circunstâncias se faria algo mais que impossível.

Obviamente, sem atores não pode haver cenas; isto é algo irrefutável, irrefutável. Assim é como podemos libertar-nos das Leis de Retorno e Recorrência, assim podemos fazer-nos livres de verdade.

Obviamente, cada um dos personagens (eus) que em nosso interior levamos repete, de existência em existência, seu mesmo papel. Se o desintegramos, se o ator morre, o papel termina.

Refletindo seriamente sobre a Lei de Recorrência, ou repetição das cenas em cada Retorno, descobrimos, por auto-observação íntima, os mecanismos secretos desta questão.

Se na existência passada, na idade de vinte e cinco anos, tivemos uma aventura amorosa, é indubitável que o eu de tal compromisso buscará a mulher de seus sonhos aos vinte e cinco anos da nova existência.

Se a dama em questão só tinha então quinze anos, o "eu" de tal aventura buscará seu amado na mesma idade na nova existência.

Resulta claro compreender que os dois "eus", tanto o dele como o dela, buscam-se telepaticamente e se reencontram novamente, para repetir a mesma aventura da existência passada.

Dois inimigos que lutaram até a morte na passada existência se encontrarão outra vez na nova existência, para repetir sua tragédia na idade correspondente. Se duas pessoas tiveram uma disputa por bens de raiz, na idade de quarenta anos na existência passada, na mesma idade se buscarão telepaticamente na nova existência, para repetir o mesmo.

Dentro de cada um de nós vivem muitas pessoas cheias de compromissos. Isso é irrefutável. Um ladrão leva em seu interior um covil de ladrões, com diversos compromissos delituosos. O assassino leva dentro de si mesmo um clube de assassinos e o luxurioso porta, em sua psique, uma "casa de encontros".

O grave de tudo isso é que o intelecto ignora a existência de tais pessoas ou eus dentro de si mesmo e de tais compromissos que fatalmente vão se cumprindo.

Todos esses compromissos dos eus que moram dentro de nós acontecem sob a nossa razão. São fatos que ignoramos; coisas que nos sucedem; acontecimentos que se processam no subconsciente e inconsciente.

Com justa razão nos foi dito que tudo nos acontece, como quando chove ou quando troveja.

Realmente temos a ilusão de fazer, mas nada fazemos, nos acontece. Isto é fatal, mecânico.

Nossa personalidade é tão só um instrumento de diferentes pessoas (eus), mediante a qual cada uma dessas pessoas (eus) cumpre seus compromissos.

Por baixo da nossa capacidade cognitiva sucedem muitas coisas e desgraçadamente ignoramos o que se passa por baixo de nossa pobre razão.

Creio-nos sábios, quando em verdade nem sequer sabemos que não sabemos. Somos míseros troncos arrastados pelas embravecidas ondas do mar da existência.

Sair desta desgraça, desta inconsciência, do estado tão lamentável em que nos encontramos, só é possível morrendo em nós mesmos....”

19 – A escravidão psicológica

Vamos começar esta lição estudando o seguinte texto, retirado do livro “A Revolução da Dialética”:

“A escravidão psicológica destrói a convivência.

Depender psicologicamente de alguém é escravidão. Se nossa maneira de pensar, sentir e obrar depende da maneira de pensar, sentir e obrar daquelas pessoas que convivem conosco, então estamos escravizados.

Constantemente, recebemos cartas de muita gente desejosa de dissolver o eu, porém queixam-se da mulher, dos filhos, do irmão, da família, do marido, do patrão, etc. Essas pessoas exigem condições para dissolver o eu.

Querem comodidades para aniquilar o Ego, reclamam magnífica conduta daqueles que com eles convivem.

O mais gracioso de tudo isto é que essas pobres pessoas buscam as mais variadas evasivas:

querem fugir, abandonar o lar, o trabalho, etc. - dizem que - para se realizarem a fundo. Pobre gente... seus adorados tormentos são seus amos. Naturalmente, essas pessoas não aprenderam a ser livres, sua conduta depende da conduta alheia. Se quisermos seguir a senda da castidade e aspiramos a que primeiro a mulher seja casta, então estamos fracassados.

Se queremos deixar de ser bêbados, porém nos afligimos quando nos oferecem o copo, por causa daquilo que dirão ou porque a recusa possa incomodar nossos amigos, então jamais deixaremos de ser bêbados.

Se queremos deixar de ser coléricos, irascíveis, iracundos, furiosos, porém como primeira condição exigimos que aqueles que convivem conosco sejam amáveis e serenos e que nada façam que nos irrite, estamos bem fracassados, sim, porque eles não são santos e a qualquer momento acabarão com as nossas boas intenções.

Se queremos dissolver o eu, precisamos ser livres.

Quem depender da conduta alheia não poderá dissolver o eu.

Temos de ter nossa própria conduta e não depender de ninguém.

Nossos pensamentos, sentimentos e ações devem fluir independentemente de dentro para fora.

As piores dificuldades nos oferecem as melhores oportunidades.

No passado, existiram sábios rodeados de todo tipo de comodidade; sem dificuldades de espécie alguma.

Esses sábios querendo aniquilar o eu, tiveram de criar situações difíceis para si mesmos. Nas situações difíceis, temos oportunidades formidáveis para estudar nossos impulsos internos e externos, nossos pensamentos, sentimentos, ações, nossas reações, volições, etc.

A convivência é um espelho de corpo inteiro onde nos podemos ver tal como somos e não como aparentemente somos.

A convivência é uma maravilha. Se estivermos bem atentos, poderemos descobrir a cada instante nossos defeitos mais secretos. Eles afloram, saltam fora, quando menos esperamos.

Conhecemos muitas pessoas que diziam: Eu não tenho mais ira... e a menor provocação tropejavam e faiscavam.

Outros dizem: Eu não sinto mais ciúmes - porém basta um sorriso do cônjuge a qualquer vizinho ou vizinha para os seus rostos se tornarem verdes de ciúmes.

As pessoas protestam contra as dificuldades que a convivência lhes oferece. Não querem se dar conta de que essas dificuldades, precisamente elas, estão lhe brindando todas as oportunidades necessárias para a dissolução do eu.

A convivência é uma escola formidável. O livro dessa escola tem muitos tomos, o livro dessa escola é o eu.

Necessitamos ser livres de verdade se é que realmente queremos dissolver o eu. Não é livre quem depende da conduta alheia.

Só aquele que se faz livre de verdade sabe o que é o amor. O escravo não sabe o que é o verdadeiro amor. Se somos escravos do pensar, do sentir e do fazer dos demais, nunca saberemos o que é o amor.

O amor nasce em nós quando acabamos com a escravidão psicológica.

Temos de compreender profundamente e em todos os terrenos da mente esse complicado mecanismo da escravidão psicológica.

Existem muitas formas de escravidão psicológica. É necessário estudar-se todas elas se é que realmente queremos dissolver o eu.

Existe escravidão psicológica não só no interno como também no externo. Existe a escravidão íntima, a secreta, a oculta, da qual não suspeitamos sequer remotamente.

O escravo pensa que ama quando na verdade só está temendo. O escravo não sabe o que é o verdadeiro amor.

A mulher que teme a seu marido pensa que o adora quando na verdade só o está temendo. O marido que teme a sua mulher pensa que a ama quando na realidade o que acontece é que a teme.

Pode ser que tema que se vá com outro, que seu caráter se torne azedo, que o recuse sexualmente, etc.

O trabalhador que teme ao patrão pensa que o ama, que o respeita, que vela por seus interesses, etc. Nenhum escravo psicológico sabe o que é amor; a escravidão psicológica é incompatível com o amor.

Existem duas espécies de conduta: a primeira é a que vem de fora para dentro e a segunda é a que sai de dentro para fora.

A primeira é o resultado da escravidão psicológica e se origina por reação.

Nos pegam e pegamos, nos insultam e respondemos com grosserias.

O segundo tipo de conduta é melhor, é o tipo de conduta daquele que já não é escravo, daquele que nada mais tem que ver com o pensar, o sentir e o fazer dos demais.

Tal tipo de conduta é independente, é conduta reta e justa. Se nos pegam, respondemos abençoando. Se nos insultam, guardamos silêncio. Se querem nos embriagar, não bebemos ainda que nossos amigos se aborreçam, etc.

Agora, nossos leitores compreenderão porque a liberdade psicológica traz isso que se chama amor.”

Este texto nos fala sobre algumas dificuldades que nós mesmos colocamos em nosso caminho, e que são um sério obstáculo para a mudança interior:

1 - Ter um comportamento que depende da vontade dos outros e não de nossos próprios princípios.

Ora, se queremos mudar temos que seguir nossos princípios, fazer o que achamos ser o correto. Porém é muito comum que algumas pessoas que vivem ao nosso redor e que não estão interessadas em mudar a si mesmas, incomodem-se quando nós deixamos de ser o que éramos, querem que não mudemos também, que continuemos a ser os mesmos de antes, que voltemos a fazer as mesmas coisas.

2 - Fugir das situações difíceis que ocorrem em nossa vida, e que são importantes para o autoconhecimento e a mudança interior.

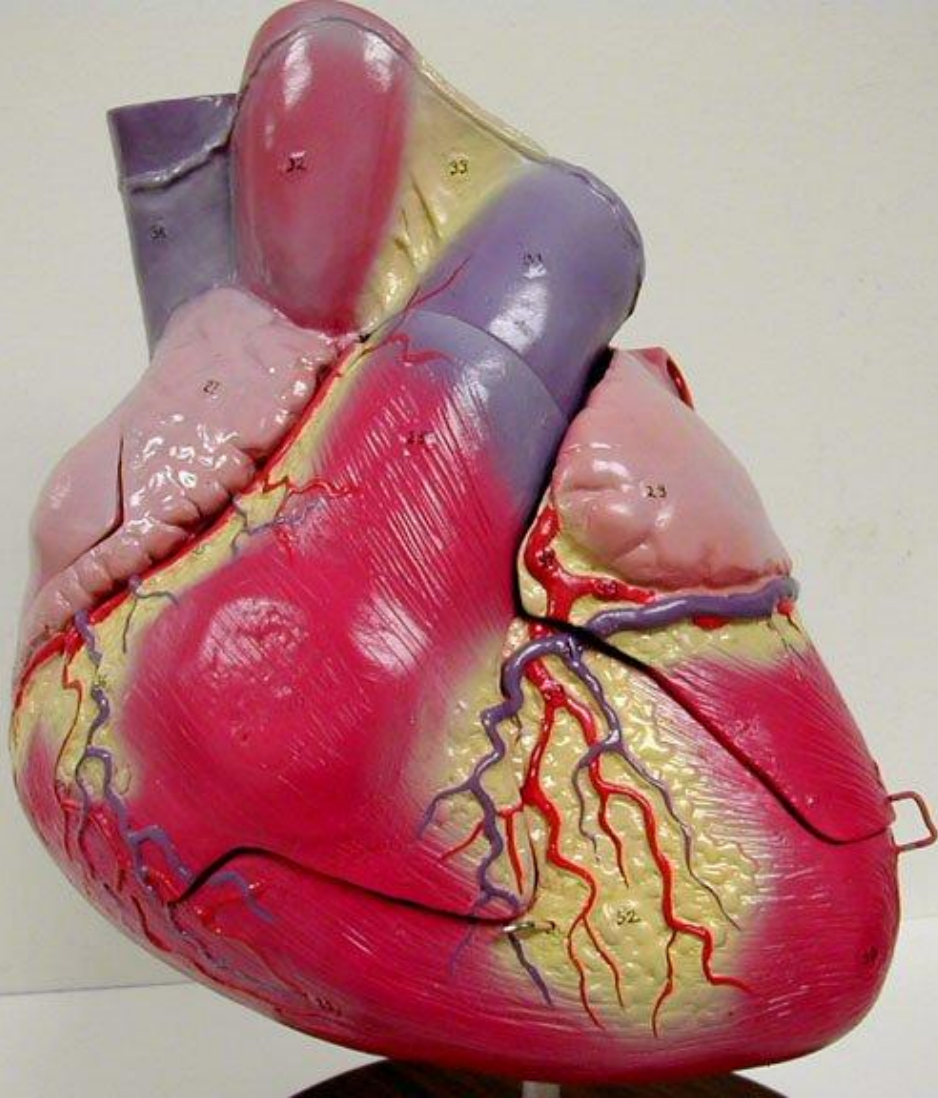
Este provavelmente seja um dos maiores obstáculos para a mudança interior. Evidentemente ninguém gosta de passar por situações desagradáveis, no entanto são nestas situações em que descobrimos nossos maiores defeitos, os defeitos que precisamos eliminar com maior urgência para elevarmos nosso nível do Ser.

Se nos habituamos a fugir das situações difíceis seremos sempre escravos psicológicos, e não poderemos provocar em nós mesmos uma verdadeira mudança. Ante as situações desagradáveis teremos que escolher entre enfrentar a nós mesmos ou simplesmente fugir de nós mesmos.

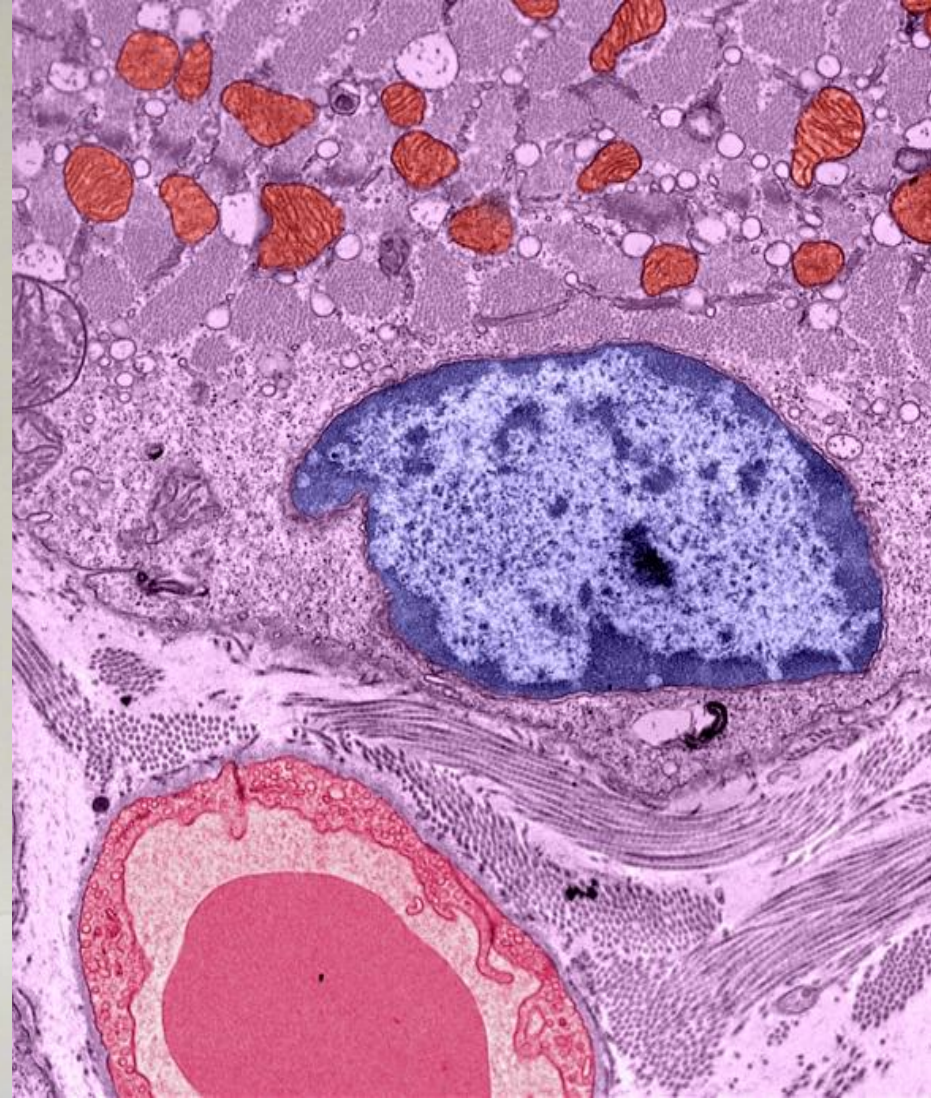
**Mais uma vez existem apenas duas opções: Ser ou não Ser.
Por isso escreveu Nietzsche:**

“O pior inimigo que você poderá encontrar será sempre você mesmo”.

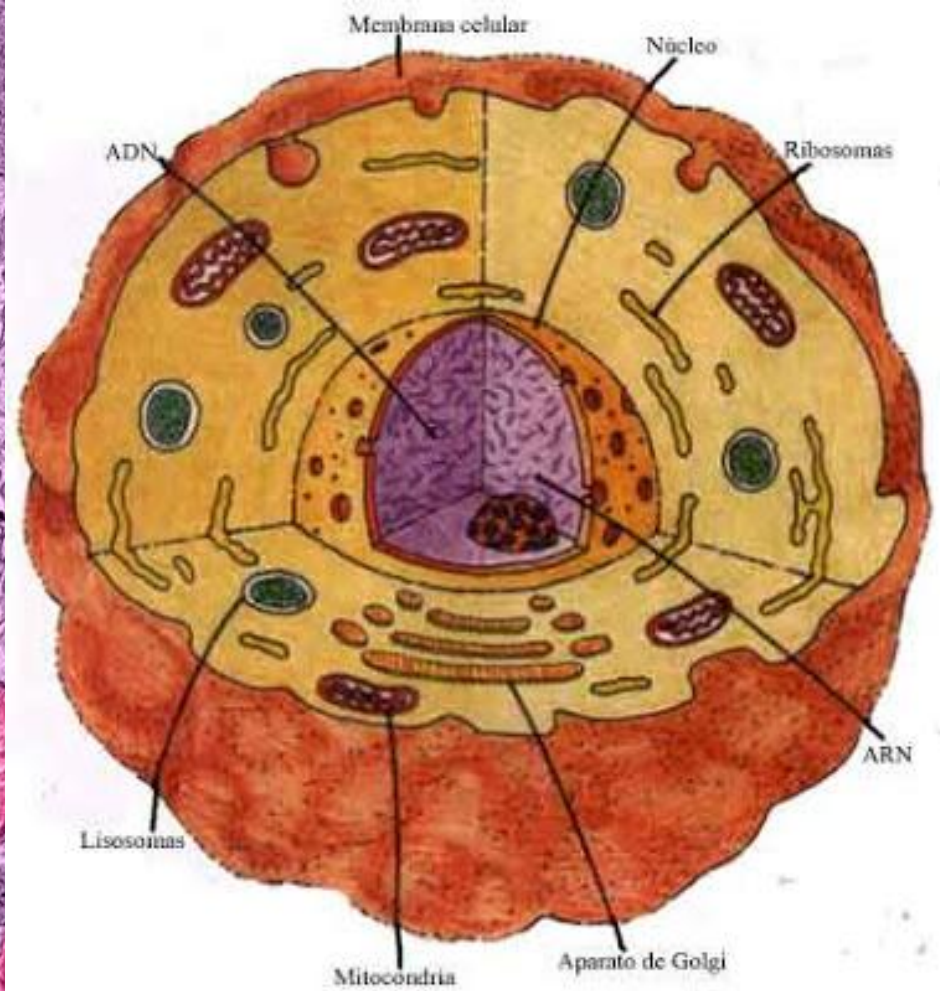
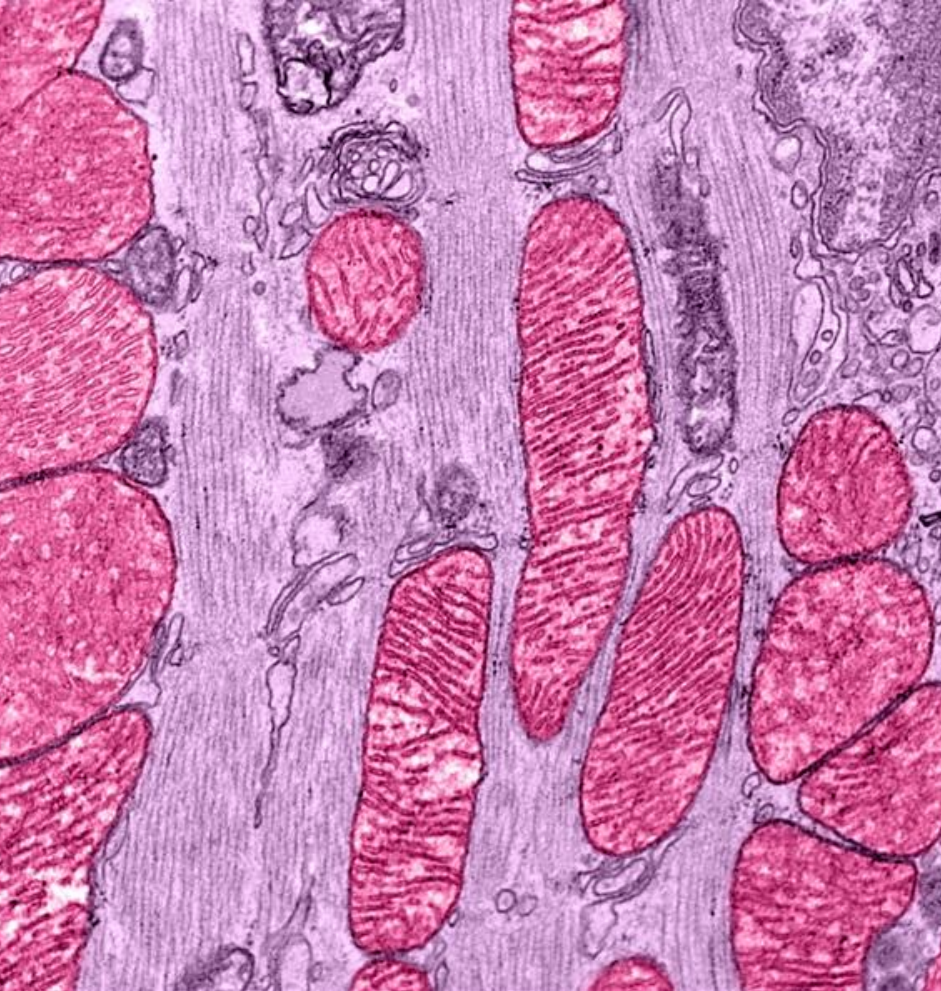
CONTINUA NA PRÓXIMA AULA COM EVOLUÇÃO E INVOLUÇÃO ENTRE OUTROS



CORAÇÃO HUMANO



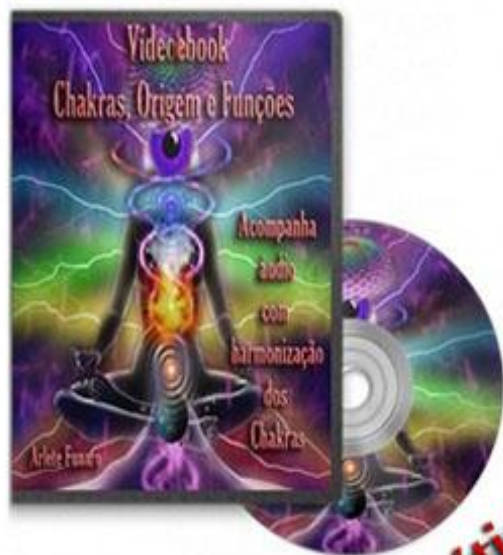
VÁRIAS CÉLULAS



VÁRIAS CÉLULAS

CÉLULA UNITÁRIA

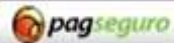
Vídeo-ebook - Chakras, Origem e Funções - Imagem meramente ilustrativa.



Com esse infoproduto você vai adquirir novas oportunidades e terá prazer de viver bem eliminando os processos de dor acumulados em sua energia.


Os chakras são centros de energias em nossos corpos. A "comunicação" ou "entrada e saída" do fluxo energético entre o nosso ser físico e o universo se dá através de pequenos "exaustores" colocados na camada imediatamente sobreposta à matéria do nosso corpo, que são os chakras.

Oferta Especial: R\$ 50.00

Comprar com  pagseguro

Sua compra protegida

Ver carrinho

 pagseguro

Sua compra protegida

Lançamento

Acompanha 7 faixas de áudio para harmonização dos chakras

Elimine problemas energéticos equilibrando as energias dos chakras

<http://www.bemestareconhecimento.com/hearts-loja-virtual.html>